



Apprentissage socioémotionnel



Fiche maîtresse 3 : « Je peux... »

Du #OpeaPourTous: Tableau de choix de la rentrée

La conscience de soi et le sentiment d'identité peuvent t'aider à explorer qui tu es, c'est-à-dire à prendre conscience de tes points forts, difficultés, préférences, champs d'intérêt, valeurs et ambitions; ils t'aident à bien te connaître.

Réfléchis à quelque chose que tu as mis en pratique récemment et où tu constates du progrès. Quelles forces as-tu découvertes en le faisant?

- 1) Dans le grand encadré, dessine ou insère une représentation de toi qui peut...
- 2) Rédige du texte dans le plus petit encadré pour décrire ce que tu peux faire.
- 3) Quelles sont certaines habiletés qui t'ont permis de le faire?

Je peux...